

元気を届ける
笑顔をお届け

かふう便り



2024年11月 第8号 秋の特大号

10/23 市老連 グランドゴルフ大会

コザしんきんドームにてグランドゴルフ大会が行われました。今年は北部圏域より知花・登川・松本の3チームが参加。普段練習をしているかりゆし園のグランドとは違い、人工芝の整備のゆき届きすぎた？ボールのよく転がるコートに悪戦苦闘ではありましたが、楽しくあっという間の2ゲームでした。全員がホールインワンを出した松本が3位入賞となりました。また来年に向けて頑張りましょう！



福祉用具勉強&体験会 松本



杖や歩行器・手すりなど今の福祉用具はどんな感じ？実際にみて・体験する勉強会を行いました。正しい情報を得ることは自分の武器となりますよ。

介護予防出前講座（脳トレ）池原



池原では普段からスクエアステップを行っています、ながら動作となると難易度アップ！体操では疲れた様子をみせない皆さんも、頭を使うとまた別の疲労を感じた様子でした😊



10月も各自治会で敬老会がありました。たくさんの余興や祝辞、久しぶりのゆんたくで盛り上がっていました♪



市老連★運動会

10/29 (火) 沖縄アリーナにて。
多くの方々の活躍と笑顔がみられました。特に仮装行列は各地区力が入っていましたよ！



↓北部地区で力を合わせ玉入れ



地区対抗の応援合戦 🍀 北部が1番元気でしたね！



最後は会場全体で整理体操↓市老連のパワーを感じる圧巻の光景です！

笑顔弾ける 😊



がんじゅうポイント活動者による余興ボランティア



知花の里敬老会
が2日に渡り行
われ、それぞれ
2つの余興チー
ムが場を盛り上
げました。



← 越来おやし会 楽器演奏&歌 ↑ 仲村琉舞愛好会のみなさま

松本自治会まつり



沖縄市の防災課職員による初期消火体験も！



登川団地秋まつり



かぎやで風の
幕開けからカラ
オケ大会、池原
青年会エイサー
など盛りだくさん♪



**包括・障害委託相談
防災勉強会 (DIGゲーム)**



←包括北部・中部北圏域の自治会や事業所などと合同勉強会を開催、実際の
↓地図上に気づきポイントを書き込み皆で避難経路などの確認を行いました



今回は登川・知花・
美里・越来地域の
地図を用いての
DIGゲーム📄📄📄



地域情報発信番組
沖縄市まるっとつながるラジオ

まるラジ 毎週火曜日 10時～
76.1 FM KOZA
エフエムコザ



ABC PHYSIO 林さん・当真さん・
カレンさんをゲストに迎えて、初
の同時通訳放送を試みました🎤

TEL 098-938-9770
FAX 098-938-9771

住所：沖縄市松本 6-2-1
(ちゅうざん病院 1階)

受託者：医療法人 ちゅうざん会



発行：沖縄市地域包括支援センター北部

編集：千知岩・西野・新里

記事に掲載する地域情報お待ちしております！